



Manual

&wellアプリ  
ダウンロード・ログイン  
マニュアル

CONFIDENTIAL  
無断複製禁止

三井不動産株式会社 &well事務局



一緒だから、たのしい！  
たのしいから、続けられる！

# Contents

|    |                                                                     |    |
|----|---------------------------------------------------------------------|----|
| 1. | <a href="#">アプリのインストール</a>                                          | 2  |
| 2. | <a href="#">アプリ起動 [パスワード設定]</a>                                     | 3  |
|    | 2-1. <a href="#">アカウントがメールアドレスの場合</a>                               | 5  |
|    | 2-2. <a href="#">アカウントが英数字の文字列の場合</a>                               | 8  |
| 3. | <a href="#">外部アプリの連携方法</a>                                          | 11 |
|    | 3-1. <a href="#">iPhone(iOS)の場合 ヘルスケア</a>                           | 12 |
|    | 3-2. <a href="#">iPhone(iOS)の場合 Fitbit</a>                          | 13 |
|    | 3-3. <a href="#">Androidの場合 Google Fit</a>                          | 14 |
|    | 3-4. <a href="#">Androidの場合 Fitbit</a>                              | 20 |
| 4. | <a href="#">基本情報 [属性情報登録]</a>                                       | 21 |
| 5. | <a href="#">参考 Fitbit初期設定 iPhone (iOS) /Android共通 : ウェアラブルデバイス</a>  | 22 |
| 6. | <a href="#">参考 Fitbit初期設定 iPhone (iOS) /Android共通 : スマートフォン</a>     | 24 |
| 7. | <a href="#">参考 FitbitでGoogleアカウント移行後の設定 iPhone (iOS) /Android共通</a> | 25 |
| 8. | <a href="#">FAQ、お問い合わせ先</a>                                         | 27 |

# 1. アプリのインストール

ご利用の端末から、以下のQRをQRコードリーダーで撮影するとストアへ遷移しますので、アプリのインストールをお願いします。

## iPhone (iOS) をご利用の方

App Storeからのインストール



<https://itunes.apple.com/jp/app/well/id1434515379>

## Android をご利用の方

Google Playからのインストール

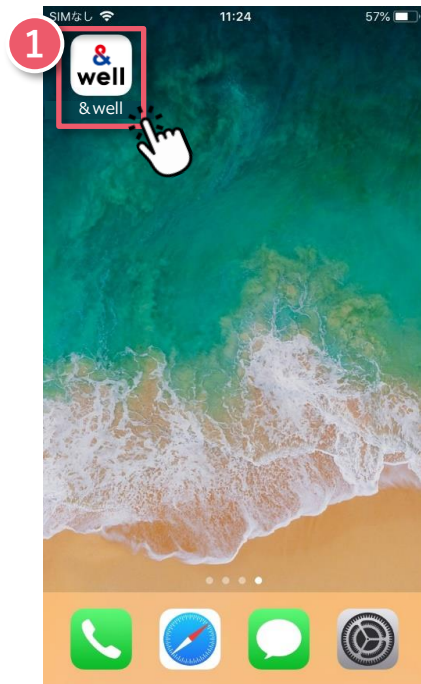


<https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.andwell>

## 2. アプリ起動 [パスワード設定]

初回ログイン時にアプリの初期設定が必要になります。  
初めてダウンロードされた方は下記手順を参考に設定をしてください。

### 手順 1



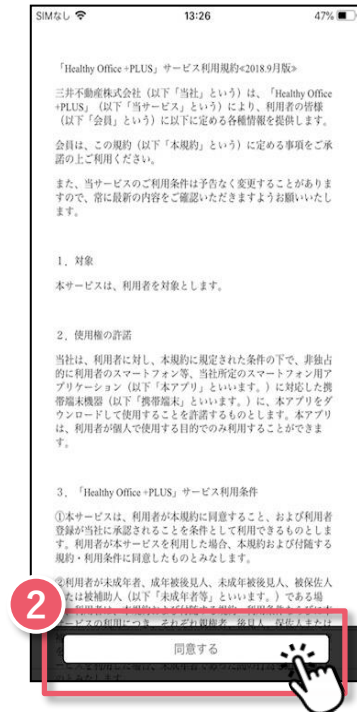
① アプリアイコンを押下してください。

### 手順 2



スプラッシュが流れます。

### 手順 3



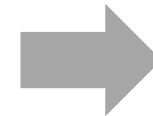
利用規約・プライバシーポリシーをご一読いただき、  
② **[同意する]** ボタンを押下してください。  
同意ボタン押下前に、アプリからの通知の許諾があります。  
**[許可]** を押下してください。

## 2. アプリ起動 [パスワード設定]

企業より付与されたアカウントによりパスワードの設定方法が異なります。  
ご自身に付与されたアカウントの形式をご確認いただき、それぞれのページにお進みください。

### ① アカウントがメールアドレスの方

例) aaa123@andwell.com



P5・6・7

を参考に設定してください。

※設定完了後、P11の「外部アプリ連携」にお進みください。

### ② アカウントが英数字の文字列の方

例) andwell12345



P8・9・10

を参考に設定してください。

※設定完了後、P11の「外部アプリ連携」にお進みください。

## 2-1. アプリ起動 [パスワード設定] アカウントがメールアドレスの場合

※アカウントがメールアドレスではない方（英数字の文字列の方）はP8～10をご参照ください。

### 手順 1



①にメールアドレスを入力してください。  
※企業で使用しているご自身のメールアドレスをご使用ください。

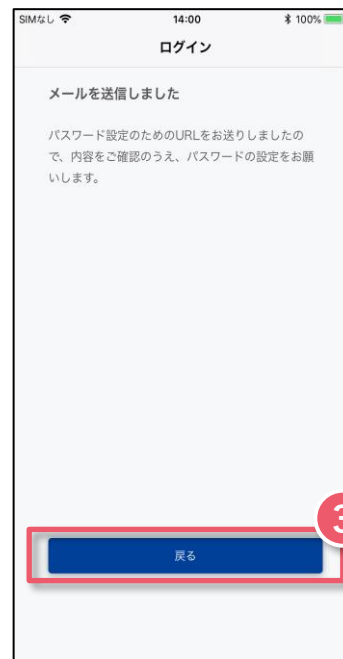
② [送信] を押下してください。

#### ⚠️ ご注意

企業窓口にて登録したメールアドレスと相違がある場合、「テナントユーザーとして登録されていません」と表示されます。

- ❑ 企業から案内されたメールアドレスと相違はないですか？
- ❑ スペルに間違いはございませんか？
- ❑ アカウントがキャリアメールの場合、P7の手続きを先に実施してください。

### 手順 2



【手順2】の画面に遷移後、①で入力したメールアドレスへメールの送信が完了しています。

③ [戻る] を押下してください。

### 手順 3



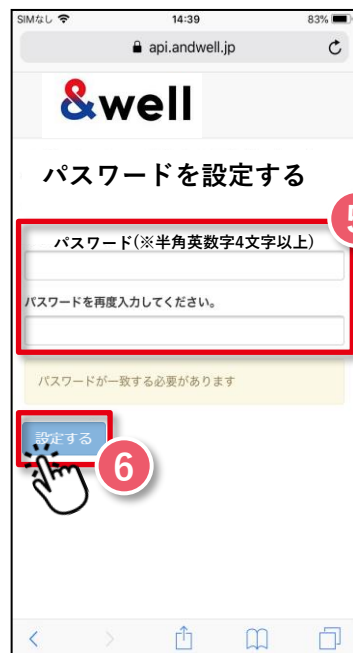
①で入力したメールアドレス宛に届いているメールをご確認ください。

メールに記載されている④ [URL] を押下してください。パスワード設定画面に遷移します。

## 2-1. アプリ起動 [パスワード設定] アカウントがメールアドレスの場合

※アカウントがメールアドレスではない方（英数字の文字列の方）は[P8～10](#)をご参照ください。

### 手順 4



パスワード設定の画面へ遷移します。

⑤ **ログイン用のパスワード**を設定し入力してください。  
入力後、⑥ **[設定する]**を押下してください。

※半角英数字4文字以上

### 手順 5



ログインページに遷移したら、⑦ **[企業で使用するメールアドレス]** **[設定したパスワード]**を入力してください。  
入力後、⑧ **[ログイン]**を押下してください。

ログイン後、[P11～](#)の「**外部アプリの連携方法**」をご参照いただき、外部アプリとの連携作業をお願いします。

**!** 企業から付与されたアカウントがキャリアメールの場合、以下に注意してください。

各キャリアの下記迷惑メール対策により、メールが正しく届かない場合があります。

- ・ 指定ドメインからのメールのみ受信許可している
- ・ キャリア提供の迷惑メール対策の強度が強い

### 対処方法：キャリアの指定ドメイン設定

受信を許可するメールアドレスのドメインに以下を設定します。

設定ドメイン名【andwell.jp】

#### スマートフォンでの設定手順

##### docomoをご利用の方

[https://www.nttdocomo.co.jp/info/spam\\_mail/spmode/domain/](https://www.nttdocomo.co.jp/info/spam_mail/spmode/domain/)

##### auをご利用の方

<https://www.au.com/support/service/mobile/trouble/mail/email/filter/detail/domain/>

##### Softbankをご利用の方

<https://www.softbank.jp/mobile/support/mail/antispam/email-i/white/>

初回ログイン時にアプリの初期設定が必要になります。初めてダウンロードされた方は下記手順を参考に設定をしてください。

※アカウントがメールアドレスの方はP5～7をご参照ください。

### 手順 1



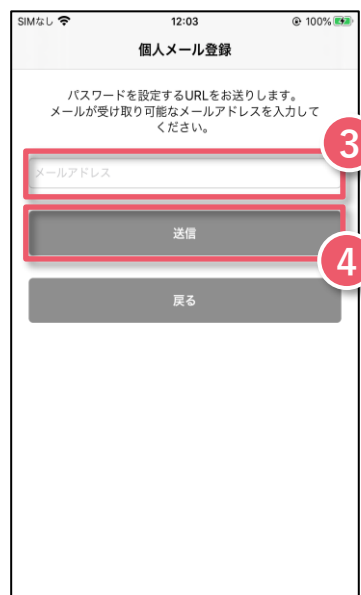
①を入力してください。

※登録アカウント：企業から案内された文字列のアカウント

※パスワード：企業から案内された初期パスワード

② **[ログイン]** ボタンを押下してください。

### 手順 2



③ **[個人のメールアドレス]** を入力してください。

(企業で使用しているメールアドレスを推奨している場合もございますので、企業からのご案内をご確認ください。)

※メールアドレスに間違いがないかご確認ください。携帯のキャリアメール以外を設定することを推奨しています。キャリアメールを登録する場合、P10の手続きを先に実施してください。

④ **[送信]** を押下してください。

### 手順 3



③で入力したメールアドレス宛に届いているメールをご確認ください。

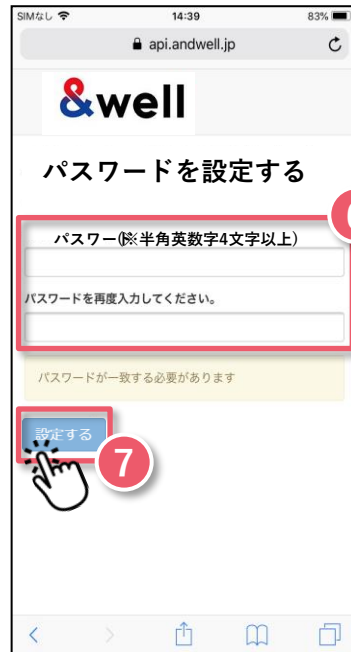
メールに記載されている⑤ **[URL]** を押下してください。パスワード設定画面に遷移します。

※③で入力したメールアドレスに「&well」からのメールが届かない場合、P26のお問合せ先へご連絡ください。

## 2-2. アプリ起動 [パスワード設定] アカウントが英数字の文字列の場合

※アカウントがメールアドレスの方はP5～7をご参照ください。

### 手順 1

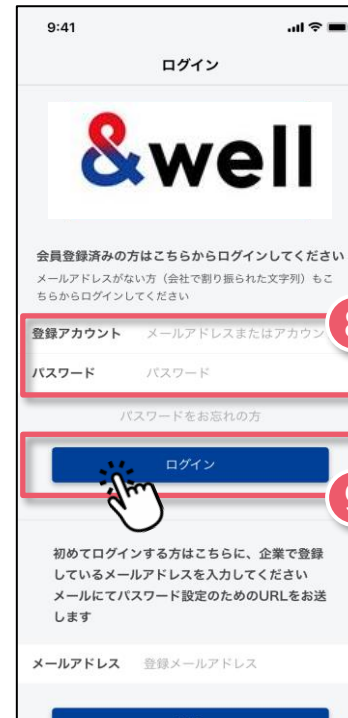


パスワード設定の画面へ遷移します。

⑥ログイン用のパスワードを設定し入力してください。  
入力後、⑦[設定する]を押下してください。

※半角英数字4文字以上

### 手順 2



ログインページに遷移したら、⑧[企業から案内された文字列のアカウント][設定したパスワード]を入力してください。

入力後、⑨[ログイン]を押下してください。

ログイン後、P11～の「外部アプリの連携方法」をご参照いただき、外部アプリとの連携作業をお願いします。

 **キャリアメールを登録する場合、以下に注意してください。**

各キャリアの下記迷惑メール対策により、メールが正しく届かない場合があります。

- ・ 指定ドメインからのメールのみ受信許可している
- ・ キャリア提供の迷惑メール対策の強度が強い

### 対処方法：キャリアの指定ドメイン設定

受信を許可するメールアドレスのドメインに以下を設定します。

設定ドメイン名【andwell.jp】

#### スマートフォンでの設定手順

##### docomoをご利用の方

[https://www.nttdocomo.co.jp/info/spam\\_mail/spmode/domain/](https://www.nttdocomo.co.jp/info/spam_mail/spmode/domain/)

##### auをご利用の方

<https://www.au.com/support/service/mobile/trouble/mail/email/filter/detail/domain/>

##### Softbankをご利用の方

<https://www.softbank.jp/mobile/support/mail/antispam/email-i/white/>

### 3. 外部アプリの連携方法

ご利用のスマートフォンにより、外部アプリの連携方法が異なります。  
連携するスマートフォン、外部アプリをご確認のうえそれぞれのページにお進みください。

iPhone(iOS)を  
ご利用の方

P12~13

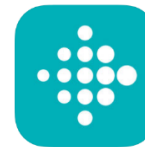
ヘルスケアの場合  
P12



**ヘルスケア**

**iPhone (iOS) に標準インストールされているアプリです。**  
インストールの必要はございません。

Fitbitの場合  
P13



**Fitbit**

**Fitbit アカウントでログインする必要があります。**  
ログインするには新規会員登録が必要です。お使いの端末にFitbitアプリをインストールしてください。  
<https://itunes.apple.com/jp/app/fitbit/id462638897?mt=8>

Androidを  
ご利用の方

P14~20

Google Fitの場合  
P14~19



**Google Fit**

**Google アカウントでログインする必要があります。**  
<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.google.android.apps.fitness>

Fitbitの場合  
P20



**Fitbit**

**Fitbit アカウントでログインする必要があります。**  
ログインするには新規会員登録が必要です。お使いの端末にFitbitアプリをインストールしてください。  
<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.fitbit.FitbitMobile>

## 3-1. 外部アプリの連携方法 [iPhone (iOS) の場合] ヘルスケア



**iPhone (iOS) に標準インストールされているアプリです。インストールの必要はございません。**  
事前にヘルスケアを起動して、以下の手順に従って使い始めてください。

### 手順 1



チュートリアル画面をスワイプで最後の画面まで進み、  
① [次へ] ボタンを押下してください。

### 手順 2



連携する外部アプリ ② [ヘルスケア] を選択してください。

### 手順 3



③ [全てのカテゴリをオン] (ボタンを右へ)、  
④ [許可] ボタンを押下してください。ヘルスケアとの連携  
が開始されます。  
④ まで完了後、ヘルスケアの設定の確認をしてください。

※設定→ヘルスケア→データアクセスとデバイス→&well→連携する項目が  
「オン」となっている。

## 3-2. 外部アプリの連携方法 [iPhone (iOS) の場合] Fitbit



Fitbitにログインするには新規会員登録が必要です。

お使いの端末にFitbitアプリをインストールしてください。 <https://itunes.apple.com/jp/app/fitbit/id462638897?mt=8>

### 手順 1



P12手順1に記載のチュートリアル画面の操作後、連携する外部アプリ① **Fitbit**を選択してください。

### 手順 2



Fitbitを選択すると、ログインを求められるので、② **ログイン**をしてください。

### 手順 3



ログイン後、③ **[すべて許可する]**を選択し、④ **[許可]**を押下してください。

※Fitbitの連携等初期設定についてはP22～23をご参照ください。



<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.google.android.apps.fitness>

Googleアカウントでログインする必要があります。

Google Fitイントール後、OS毎に以下の手順でそれぞれ連携する必要があります。

・ Google Fitとヘルスコネクト連携 ・ &wellアプリとヘルスコネクト連携

#### Android OS14以上の場合

##### 1) 事前準備

→ Google Fitとヘルスコネクト連携

##### 2) &wellアプリからの連携

→ &wellアプリとヘルスコネクト連携

Android OS14以上の場合  
P15~16

#### Android OS13以下の場合

##### 1) &wellアプリからの連携

→ Google Fitとヘルスコネクト連携

##### 2) &wellアプリからの連携

→ &wellアプリとヘルスコネクト連携

##### ! 対象OSの変更

・ &wellアプリ対象がAndroid OS.9以上になります。

→ヘルスコネクトが使える環境として

Android OS13以下の場合  
P17~19

#### ■ OSの確認方法

- ・ スマートフォン端末「設定」内「検索窓」に「バージョン」と入力後、関連先が検索結果に表示されるのでタップ
- ・ スマートフォン端末「設定」>「デバイス情報」

### 3-3. 外部アプリの連携方法 [Androidの場合] Google Fit

#### 1) 事前準備：Fitにヘルスコネクトへのアクセス許可する：Android OS14以上の場合

・スマートフォン端末「設定」の「ヘルスコネクト」より権限許可をしてください。



スマートフォン端末「設定」>アプリ>セキュリティとプライバシー：①「ヘルスコネクト」を押下してください。

ヘルスコネクト：②「アプリの権限」を押下してください。

アプリ権限：③「Fit」を押下してください。

アプリのアクセス権：④「全て許可」にチェックしてください。

アプリの権限：アクセスが許可されているアプリに⑤「Fit」が表示されます。

この画面でFitにヘルスコネクトへのアクセス許可が完了したので、&wellアプリを起動してください。  
ログイン後、外部アプリとの連携画面で&wellアプリにヘルスコネクトへのアクセスを許可してください。  
次項

### 3-3. 外部アプリの連携方法 [Androidの場合] Google Fit

#### 2) &wellアプリからの連携：&wellアプリにヘルスコネクต์へのアクセスを許可する：Android OS14以上の場合



外部アプリと連携

このアプリを使用するには以下の外部アプリと連携する必要があります。  
連携するアプリを選択してください。

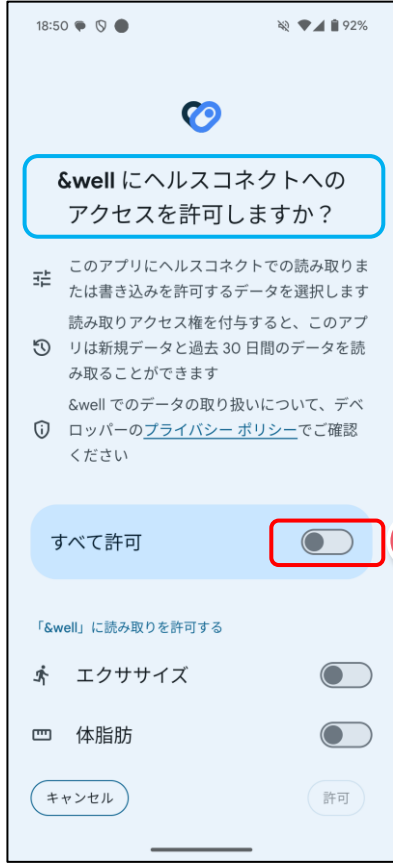
**Google Fit**

"歩数"をONにして"許可"をタップして、設定を完了してください。

Fitbit

アカウント作成後、ログインして"全てを許可する"、"アクティビティおよびエクササイズ"、"体重"、にチェックを入れて許可をタップして、設定を完了してください。またフィットビットと連携するには、別途ウェアラブル端末が必要になります。事前の準備をお願いします。

外部アプリ連携で①  
「google fit」を押下してください。



&well にヘルスコネクต์へのアクセスを許可しますか？

このアプリにヘルスコネクต์での読み取りまたは書き込みを許可するデータを選択します  
読み取りアクセス権を付与すると、このアプリは新規データと過去 30 日間のデータを読み取ることができます  
&well でのデータの取り扱いについて、デベロッパーの[プライバシー ポリシー](#)でご確認ください

すべて許可 ☒

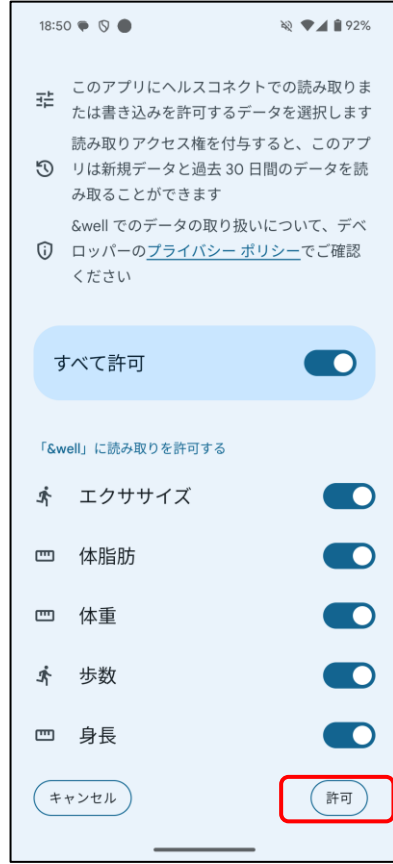
「&well」に読み取りを許可する

エクササイズ ☐

体脂肪 ☐

キャンセル 許可

ヘルスコネクットの権限を②  
「すべて許可」を押下してください。



このアプリにヘルスコネクต์での読み取りまたは書き込みを許可するデータを選択します  
読み取りアクセス権を付与すると、このアプリは新規データと過去 30 日間のデータを読み取ることができます  
&well でのデータの取り扱いについて、デベロッパーの[プライバシー ポリシー](#)でご確認ください

すべて許可 ☒

「&well」に読み取りを許可する

エクササイズ ☒

体脂肪 ☒

体重 ☒

歩数 ☒

身長 ☒

キャンセル 許可

右下の③「許可」がactiveになるので押下してください。



&well

三井不動産A

保有ポイント > 平均歩数 >  
9,857 pt 670 歩

今日の歩数 ②  
82 / 8,000

あと 7,918 歩

今週の達成目標 ②

8,000歩 0 / 7日

生活習慣スコア 0 %

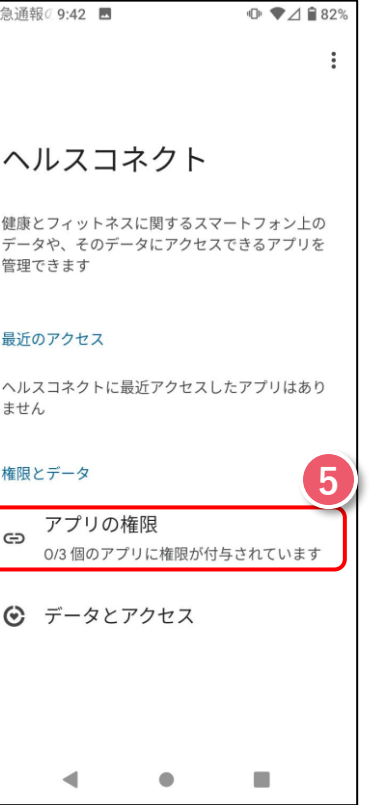
ホーム 参加する 自分ログ 学ぶ お知らせ

④ホームを表示：完了

### 3-3. 外部アプリの連携方法 [Androidの場合] Google Fit

#### 1) &wellアプリからの連携：Fitにヘルスコネクトへのアクセスを許可する：Android OS9ー13の場合

・Google Fitにヘルスコネクトへのアクセスを許可させる

|                                                                                   |                                                                                    |                                                                                     |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  |  |  |  |
| <p>&amp;well外部アプリ連携画面：①「google fit」を押下してください。</p>                                 | <p>Google Play storeへ遷移し「ヘルスコネクト」を表示②「イントール」を押下してください。</p>                         | <p>ヘルスコネクト：③「開く」を押下してください。</p>                                                      | <p>チュートリアル：④「使ってみる」を押下してください。</p>                                                    | <p>ヘルスコネクト：⑤「アプリの権限」を押下してください。</p>                                                   | <p>アプリの権限：⑥「Fit」を押下してください。<br/>次項へ続く</p>                                             |

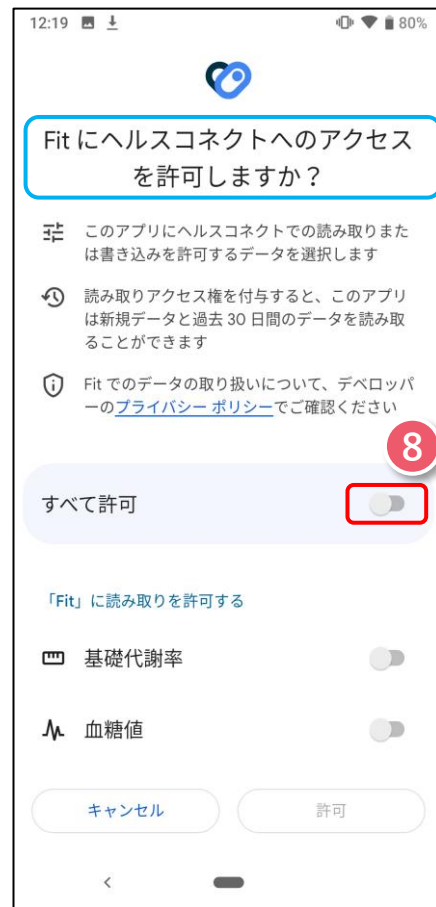
### 3-3. 外部アプリの連携方法 [Androidの場合] Google Fit

#### 1) &wellアプリからの連携：Fitにヘルスコネクトへのアクセスを許可する：Android OS9ー13の場合

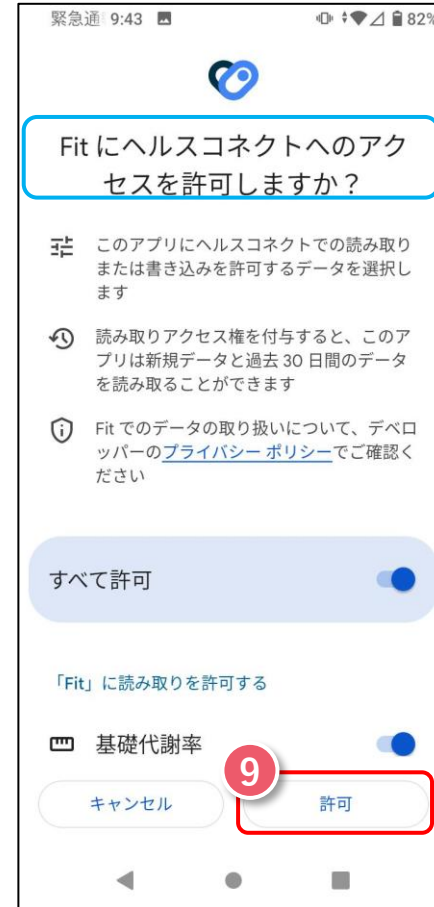
・Google Fitにヘルスコネクトへのアクセスを許可させる



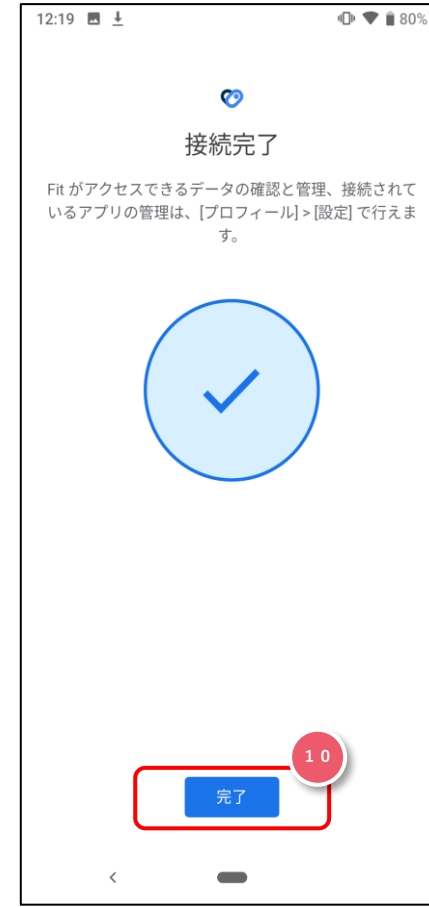
Fitとヘルスコネクトを同期する：⑦「設定」を押下してください。



Fitにヘルスコネクトへのアクセスを許可しますか？：⑧「すべて許可」にチェックを入れてください



Fitにヘルスコネクトへのアクセスを許可しますか？：⑨「許可」を押下してください。



接続完了：⑩「完了」を押下してください。



アプリの権限：アクセスが許可されているアプリに⑪「Fit」が表示されます。

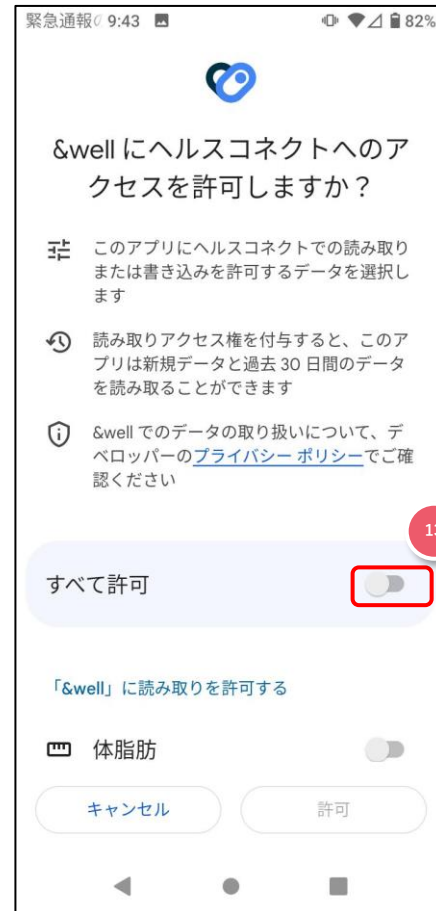
### 3-3. 外部アプリの連携方法 [Androidの場合] Google Fit

#### 1) &wellアプリからの連携：&wellにヘルスコネク特へのアクセスを許可する：Android OS9ー13の場合

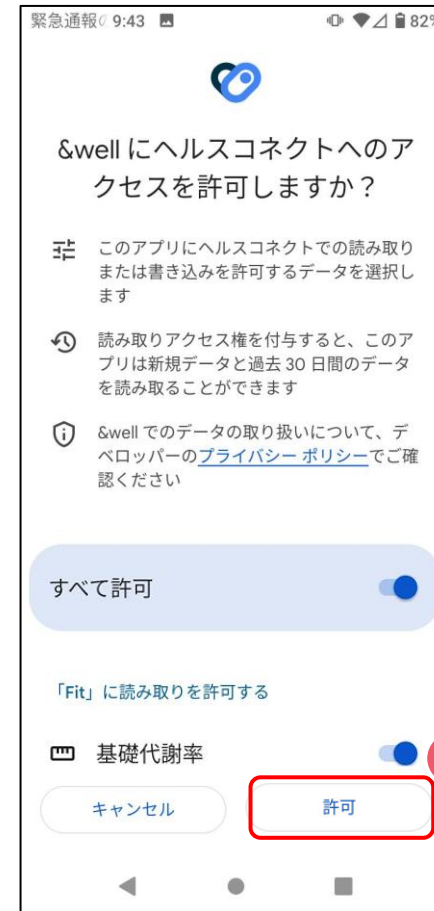
・ &wellアプリにヘルスコネク特へのアクセスを許可させる



&well外部アプリ連携画面：12  
「google fit」を押下してください。



&wellにヘルスコネク特へのアクセスを許可しますか？：13  
「すべて許可」にチェックを入れてください。



Fitにヘルスコネク特へのアクセスを許可しますか？：14  
「許可」を押下してください。



完了：HOMEを表示します。

## 3-4. 外部アプリの連携方法 [Androidの場合] Fitbit



Fitbitにログインするには新規会員登録が必要です。

お使いの端末にFitbitアプリをインストールしてください。 <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.fitbit.FitbitMobile>

### 手順 1



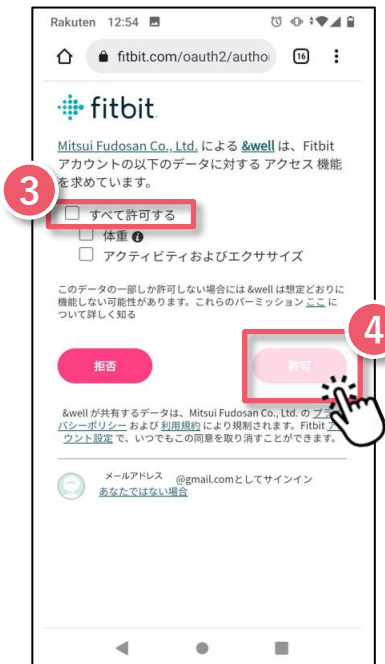
P14手順1に記載のチュートリアル画面の操作後、連携する外部アプリ① **Fitbit**を選択してください。

### 手順 2



Fitbitを選択すると、ログインを求められるので、② **ログイン**をしてください。

### 手順 3



ログイン後、③ **[すべて許可する]**を選択し、④ **[許可]**を押下してください。

※Fitbitの連携等初期設定についてはP22～23をご参照ください。

## 4. 基本情報 [属性情報登録]

※属性情報を入力してください。

### 手順



- ① [性別・生年・身長]を選択または入力してください。
- ② [設定する]ボタンを押下するとアプリホーム画面に遷移します。

以上で初期設定は完了です。

### 【Fitbit初期設定】Fitbitをウェアラブルデバイス（トラッカー）とペアリングする方法



スマホから「Fitbit」アプリを起動してください。



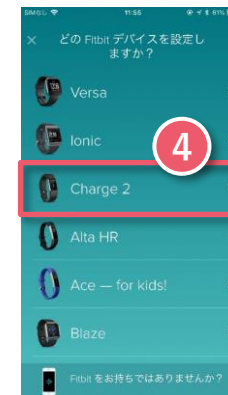
①を入力してログインしてください。



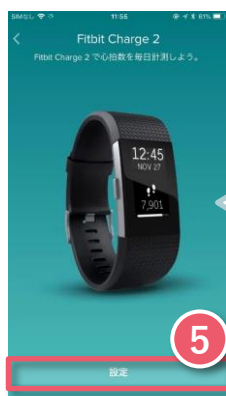
②右上の「デバイスアイコン」を押下してください。



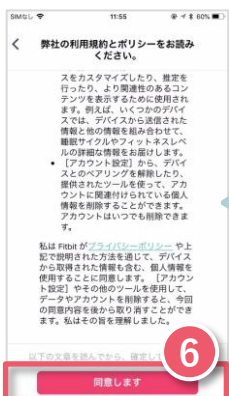
③「デバイスを設定」を押下してください。



④「お手持ちのトラッカーを選択」し押下してください。



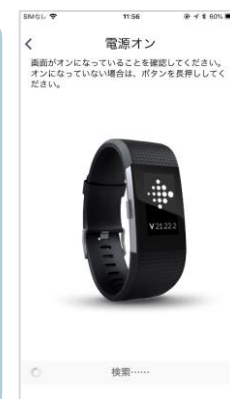
⑤「設定」を押下してください。



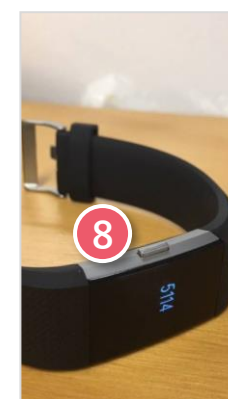
利用規約を確認後、⑥「同意します」を押下してください。



⑦「次へ」を押下してください。



トラッカーの電源を入れて準備してください。



⑧トラッカー側に「認証コード」が表示されます。

ウェアラブルデバイスで取得したデータは、スマートフォン側のFitbitを起動してペアリングしてください。  
※必ずスマートフォンのBluetoothをONにしておく必要があります。

→ 次ページへ

### 【Fitbit初期設定】Fitbitをウェアラブルデバイス（トラッカー）とペアリングする方法



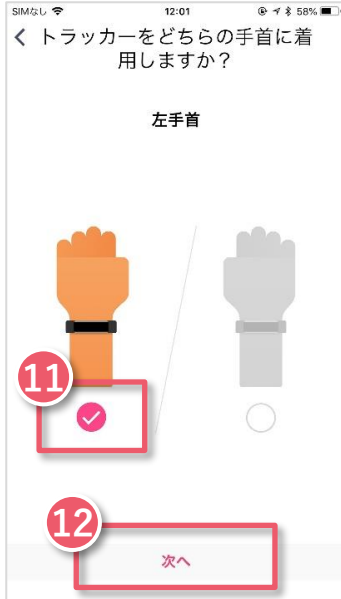
9

⑨[認証コード]を入力してください。



10

チュートリアルに従い⑩[次へ]を押下してください。



11

⑪[トラッカーを着用する方の手を選択]して、⑫[次へ]を押下してください。



12

⑬[完了]をタップでペアリング完了です。

#### 参考 ～Fitbit以外のウェアラブル端末との連携について～

- Fitbitのほか、Appleウォッチ、ガーミン等のウェアラブル端末も &wellアプリとの連携が可能です。
- Fitbitは、Fitbit専用のアプリと &wellアプリを直接連携しますが、その他については、iPhone (iOS) の「ヘルスケア」、または、Androidの「Google Fit」に連携できるウェアラブル端末であれば、&wellアプリと連携が可能です。  
この場合別途コネクトアプリが必要となりますので、ウェアラブル端末と、「ヘルスケア」「Google Fit」との連携方法に関しては、各メーカーHP等をご確認いただくか、各メーカーまでお問い合わせください。

### 【Fitbit初期設定】Fitbitをスマートフォンで使用方法



スマホから「Fitbit」アプリを起動してください。



①を入力してログインしてください。



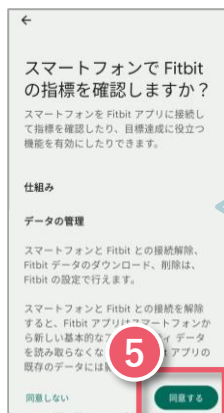
②右上の「デバイスアイコン」を押下してください。



③「スマートフォンを追加」を押下してください。



④「続ける」を押下してください。



⑤「同意する」を押下してください。



⑥「完了」を押下してください。



⑦「デバイス」にスマートフォンが表示されます。完了です。



Fitbit端末をお持ちの方のみ利用できます。

FitbitアカウントをGoogleアカウントへ移行した方の手順です。

### 手順 1



P14手順1に記載のチュートリアル画面の操作後、連携する外部アプリ① **Fitbit**を選択してください。

### 手順 2



Fitbitを選択すると、ログインを求められるので、② **Googleで続ける**をしてください。

### 手順 3



③ **[連携するGoogleアカウント]**を選択してください

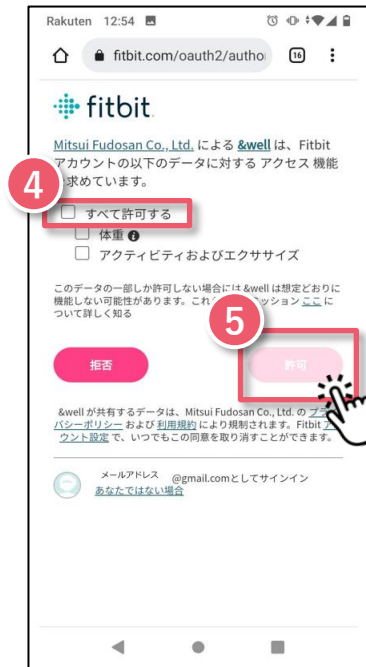
※Fitbitの連携等初期設定についてはP22～23をご参照ください。



Fitbit端末をお持ちの方のみ利用できます。

FitbitアカウントをGoogleアカウントへ移行した方の手順です。

### 手順 4



ログイン後、**④ [すべて許可する]**を選択し、  
**⑤ [許可]**を押下してください。

※Fitbitの連携等初期設定については[P22～23](#)を  
ご参照ください。

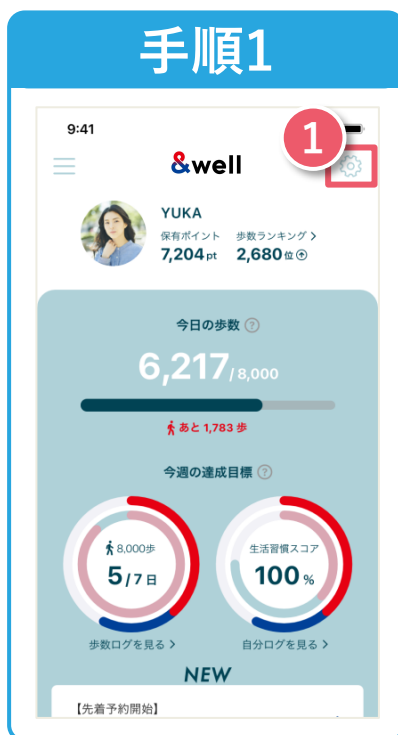
よくあるご質問を右記URLに掲載しています。

URL : <https://go.andwell.jp/faq>



FAQでも解決しない場合は、&wellアプリからお問い合わせください。

### 手順1



&wellアプリを起動してください。  
起動後、画面右上にある  
①「**マーク**」を押下してください。

### 手順2



②「**お問い合わせ**」を  
押下してください。

ご連絡をいただく際はお問い合わせ内容に加え  
**所属企業名/お名前/&wellアプリログインアカウント**を  
あわせてお送りください。担当者よりご返信差し上げます。  
ご返信にはお時間をいただく場合がございます。ご了承ください。

**お問い合わせ対応時間**  
平日9:30～17:00

アプリにログインができない方は  
お問い合わせフォームもしくは下記QRよりお問い合わせください。

